

*IV Международная (74 Всероссийская) научно-практическая конференция
«Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения»*

6. Konishi M, Kawamoto K, Izumikawa M, et al. Gene transfer into guinea pig cochlea using adeno-associated virus vectors[J]. J Gene Med, 2008,10(6):610-618.

УДК 613.2

**Абакумова Е.А., Хачатурова Н.Л.
ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ**

Кафедра гигиены и экологии
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

**Abakumova E.A., Khachaturova N.L.
HYGIENIC ASSESSMENT OF THE NUTRITION OF STUDENTS**

Department of hygiene and ecology
Ural state medical university
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: lena.abakumowa2012@yandex.ru

Аннотация. В статье рассмотрены особенности питания студентов УГМУ в сравнении со студентами немедицинских ВУЗов.

Annotation. The article discusses the nutritional habits students of the Ural State Medical University in comparison with students of non-medical universities.

Ключевые слова: питание, студенты, физическая активность, образ жизни.

Key words: nutrition, students, physical activity, lifestyle.

Введение

Питание как фактор, связанный с образом жизни во многом определяет состояние здоровья. Многие неинфекционные алиментарно-зависимые заболевания связаны с нерациональным питанием [4]. Сбалансированное питание является одним из ключевых факторов гармоничного развития молодого организма. Однако особенности деятельности студентов (нарушение режима труда и отдыха, интенсивные информационные нагрузки, транспортные переезды между клиническими базами, стрессогенные ситуации: зачеты и экзамены, влияние факторов внутрибольничной среды) ведут к нарушению режима питания и его качественного состава [2]. Как отмечают отечественные исследователи [1,3], это приводит к развитию хронических заболеваний, снижению трудоспособности студента как в процессе обучения, так и в дальнейшей профессиональной деятельности.

Цель исследования – гигиеническая оценка питания студентов 3 курса УГМУ и студентов высших учебных заведений другого профиля методом анкетирования.

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось методом анкетного опроса. Опрос и статистический анализ проводился с помощью сервиса Google Forms. В опросе принял участие 131 студент, 71 – студенты УГМУ, 60 – студенты других вузов Екатеринбурга, Москвы и Санкт-Петербурга (УрФУ, УГГУ, УГЛТУ, РГПШУ, МГУ, СПбГУ). Средний возраст опрошенных 20 лет (17-23 года).

Результаты исследования и их обсуждение

В результате опроса было установлено, что в течение дня преимущественно перекусывают 59% и 55% студентов УГМУ и других ВУЗов соответственно. При этом несоблюдение режима питания более выражено у студентов УГМУ (69%), в то время как в других университетах процент случаев соблюдения и несоблюдения режима питания примерно одинаков (51,7%). Наиболее часто у опрошенных студентов среди приемов пищи отсутствует завтрак (31,4% – УГМУ, 24,6% – другие вузы), характерно несколько приемов пищи после 19:00 (80% – УГМУ и 77,5% – другие ВУЗы). Показатель выше у студентов УГМУ в связи с особенностями организации учебного процесса. Доля опрошенных, питающихся в столовых учебных заведений у студентов УГМУ ниже, чем у студентов других ВУЗов (38% и 56,7%). Данные о местах питания студентов в обед представлены на рисунке 1.

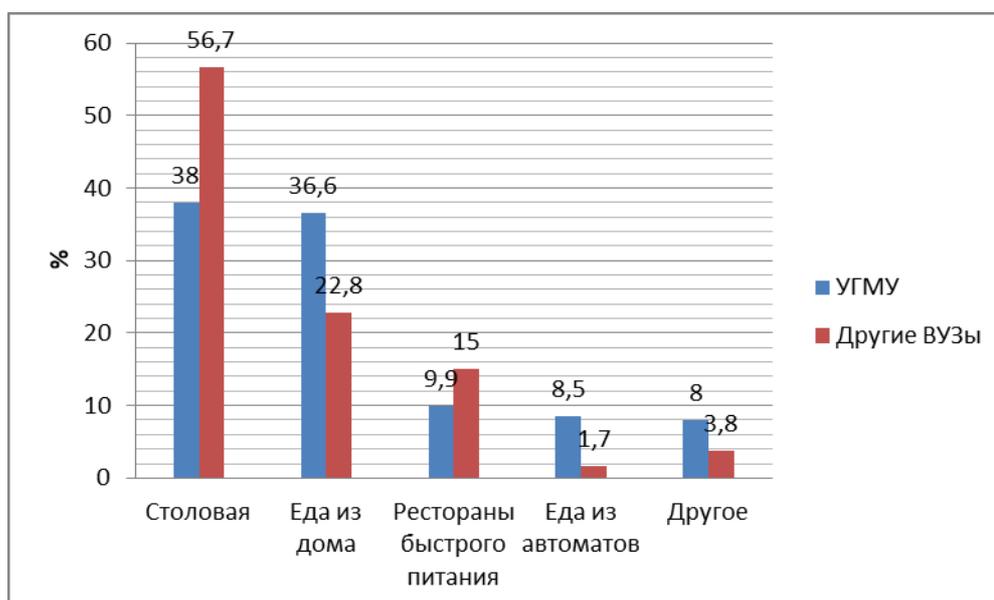


Рис. 1. Предпочтительные места питания студентов, % от числа опрошенных

Среди причин, по которым студенты не питаются в столовой, наиболее называемые у студентов УГМУ – большие очереди (62,7%) и экономия у других ВУЗов (60,9%).

В обед рацион студентов УГМУ и других вузов сходен в процентном соотношении, данные представлены на рисунке 2. Среди наиболее предпочтительных блюд у студентов УГМУ: мясные продукты (63,8%), супы

(63,8%), салаты (61,7%), гарнир (83%), выпечка (55%). В других ВУЗах: гарнир (70,4%), салаты (59,3%), мясные продукты (46,3%). В качестве напитков наиболее предпочтительными являются кофе и чай в каждой категории опрошенных (64,8% и 61,7%). При этом доля добавленного сахара незначительно больше у студентов УГМУ 50,8% (43,2% – другие ВУЗы).

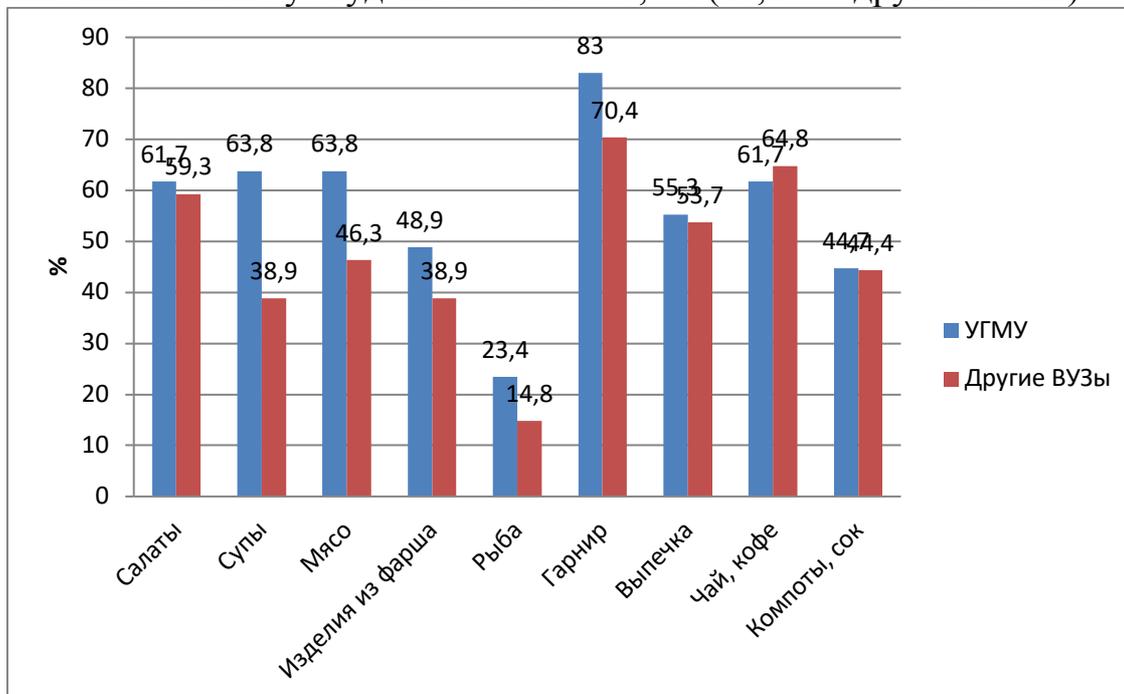


Рис. 2 Блюда, предпочитаемые студентами на обед, % от числа опрошенных

На ужин рационы студентов в процентном соотношении сходны. Наиболее употребляемые продукты для УГМУ: мясные продукты (69,6%), макаронные изделия (58%), овощные гарниры (44,9%), салаты (42%), супы (31,9%). Другие ВУЗы: мясные продукты (67,8%), макаронные изделия (54,2%), овощные гарниры (47,5%), салаты (44,1%). Потребление студентами УГМУ фруктов и овощей (64,8%) ниже, чем у других студентов (73,3%), чаще в рационе присутствуют кисломолочные продукты (69% и 63,3%).

Приём витаминов и витаминно-минеральных комплексов в обеих категориях опрошенных нерегулярен или отсутствует (74,7% – УГМУ, 73,3 – другие ВУЗы). Количество респондентов, употребляющих в пищу йодированную соль в УГМУ выше – 42,3% и 30% – в других ВУЗах.

Высокий уровень физической активности отмечают 50,7% студентов УГМУ и 50% студентов других вузов. В диапазон нормы индекс массы тела входит у 65,7% студентов УГМУ и 62,7% студентов других вузов.

Согласно личной оценке опрошенных, рациональным своё питание считают 26,8% студентов УГМУ и 23,3% студентов других ВУЗов.

Выводы

1. В течение дня большая часть студентов заменяет основные приёмы пищи перекусами; чаще это делают студенты УГМУ – 59%.

2. Значительная часть рациона студентов приходится на вторую половину дня, что не соответствует представлениям о рациональном питании.

3. Частота приёма витаминов и витаминно-минеральных комплексов 36% от числа опрошенных.

4. Количество студентов УГМУ, питающихся в столовой, ниже, чем в других ВУЗах.

Список литературы:

1. Балтыкова О.П. Исследование культуры питания студентов вузов/ О.П. Балтыкова, А.П. Цыбусов, Д.С. Блинов// – одного из факторов формирования здоровья // Интеграция образования. – 2012. № 2. – С. 56-59.

2. Карабинская О.А. Основные проблемы питания студентов, в связи с их образом жизни /О.А. Карабинская, В.Г. Изатулин, О.А. Макаров, О.В. Колесникова, А.Н. Калягин, А.Б. Атаманюк // Сибирский медицинский журнал. – 2011. – №4. – С. 122-124.

3. Каштанова С. Г. Физиолого-гигиеническая оценка фактического питания и алиментарного статуса студентов медицинского ВУЗа: автореферат дис. кандидата медицинских наук / Оренбургская государственная медицинская академия. Оренбург, 2013. [Электронный ресурс]. URL: www.dissercat.com (Дата обращения: 18.02.2019).

4. Петрова Т.Н. Оценка фактического питания студентов медицинского ВУЗа: проблемы и пути их решения /Т.Н. Петрова, А.А. Зуйкова, О.Н. Красноручкая // Вестник новых медицинских технологий. – 2013. – №2. – С.72-77.

УДК 613.6.02.

Агалаков А.О., Рыкова О.С., Эржибова М.А., Гусельников С.Р. К ВОПРОСУ О ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ РИСКЕ РАЗВИТИЯ ПЫЛЕВОЙ ПАТОЛОГИИ У РАБОЧИХ МЕДЕЦПЛАВИЛЬНОГО ПРОИЗВОДСТВА

Кафедра гигиены и профессиональных болезней с курсом физиотерапии,
ЛФК и спортивной медицины
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская Федерация

Agalakov A.O., Rykova O.S., Erzhibova M.A., Guselnikov S.R. ON THE PROFESSIONAL RISK OF THE DEVELOPMENT OF DUST PATHOLOGY IN WORKERS OF COPPER SMELTING PRODUCTION

Department of hygiene and occupational diseases with a course of
physiotherapy, exercise therapy and sports medicine
Ural state medical university
Yekaterinburg, Russian Federation